

# Stage d'initiation canoë kayak 2018

**Le club de canoë kayak d'Orsay, le PSUC CK, propose un stage d'initiation encadré par des moniteurs FFCK.**

**Trois journées sur des sites différents et trois soirées à la piscine à Orsay.**

**Dimanche 30 septembre : Lac du mail à Orsay ou ailleurs.**

**Dimanche 14 octobre : La Marne à Créteil.**

**Samedi 27 octobre : l'Essonne à Corbeil.**

**Mercredis 3, 10, 17 octobre de 20h30 à 22h à la piscine d'Orsay.**

Cela s'adresse principalement aux adultes. Les mineurs à partir de dix ans doivent être accompagnés d'un adulte qui en est responsable.

Condition : Savoir nager et être à l'aise sur l'eau et dans l'eau.

Fournir un certificat médical de non-contre-indication pour ce sport.

Venez avec une tenue pour naviguer qui ne craint pas l'eau ; Ainsi que des chaussures qui ne craignent pas l'eau et qui tiennent bien aux pieds. Et une tenue de rechange car vous seriez mouillé.

Rendez-vous à 9h au local du club, apportez votre pique-nique. Retour vers 18h.

Université Paris Sud, Avenue de Lattre de Tassigny, Bâtiment 304, au fond de la cours.

Notre club met à votre disposition kayaks ou canoës, pagaies, gilets, casques.

**Coût de l'inscription au stage : 100€.** Cela comprend :

L'adhésion PSUC 2018/2019,

La licence FFCK fin de saison, valable jusqu'à fin 2018,

Les déplacements avec le minibus du PSUC,

L'utilisation du matériel : kayak, canoë et équipement,

L'encadrement par des moniteurs FFCK bénévoles.

Le passeport pagaies couleurs.

***Après ce stage vous pourrez participer aux activités et aux sorties de notre club jusqu'à fin 2018 moyennant les coûts de transport et d'hébergement éventuels.***

*D 28 octobre : entraînement eaux vives classe 3 sur le bassin artificiel et/ou sur le lac de Cergy.*

*WE 1,2,3,4 novembre : descentes de rivières et/ou kayak en mer.*

***S 10 novembre : initiation kayak de mer à Champigny, perfectionnement à Corbeil ou sur le Loing.***

***WE 17,18 novembre : Lac d'Orient et Haute Seine classe 2. (recommandé)***

*D 18 novembre : entraînement eaux vives classe 3 sur le bassin artificiel de Cergy.*

*S 24 novembre : initiation kayak de mer à Champigny, Corbeil ou le Loing.*

*D 25 novembre : entraînement eaux vives classe 3 sur le bassin artificiel de Cergy.*

Renseignements sur notre site : [www.Kayak.psuc.fr](http://www.Kayak.psuc.fr) et [www.psuc.fr](http://www.psuc.fr)

Inscription : [kayak-info@psuc.fr](mailto:kayak-info@psuc.fr) ; 06 73 83 67 23 ; 06 84 86 39 99 ; 06 77 40 06 41.